

CHAPITRE 14

Abus, violence, et auto-défense



Toute femme peut être victime d'abus. Dans le monde entier, de nombreuses femmes sont maltraitées par des étrangers et des personnes qu'elles connaissent. Elles peuvent être battues, violées, humiliées, agressées sexuellement, blessées ou maltraitées d'une autre façon, ou même tuées. La plupart du temps, personne n'est informée de l'abus parce que les femmes ont honte ou ont peur d'en parler. Elles pensent que personne ne s'en souciera ou elles ont peur qu'on leur reproche d'avoir provoqué l'abus.

De nombreuses femmes sont maltraitées parce qu'elles ont moins de force que la personne qui abuse d'elles, ou parce qu'elles sont seules, faibles ou vulnérables. Les femmes et les filles handicapées sont plus susceptibles d'être maltraitées, blessées, ou sexuellement agressées que les femmes qui ne souffrent pas de handicap. Elles sont considérées comme étant encore plus faibles et moins importantes. Le handicap d'une femme ne doit jamais favoriser la violence, l'abus, ou la négligence. Les femmes handicapées méritent de vivre en sécurité avec des personnes qui se soucient d'elles et les traitent convenablement.

Une femme ou une fille handicapée peut être maltraitée par des hommes ou des femmes—par les membres de sa famille, par son mari ou partenaire, par d'autres membres du ménage, ou par les donneurs de soin. Elle peut être maltraitée par un voisin, un ami de la famille, un employeur, un collègue, ou un étranger.

Si l'agresseur est quelqu'un que la femme connaît, elle peut avoir l'impression de n'avoir personne d'autre vers qui se tourner, surtout si elle compte sur cette personne pour l'aider dans ses activités quotidiennes. Mais lorsqu'une femme garde le silence sur les abus, elle devient plus isolée et plus vulnérable. Le fait de tendre la main à quelqu'un en qui elle a confiance, peut aider la femme à résister à la violence et à obtenir du soutien.

L'abus et la violence contre une femme ne sont jamais corrects. Étant donné que les handicapées sont peu respectées, elles sont parfois considérées comme des personnes qui ne méritent pas d'être protégées. Cela fait croire aux gens que l'abus contre les femmes handicapées ne constitue pas un problème et qu'il n'est pas nécessaire de respecter leurs droits.

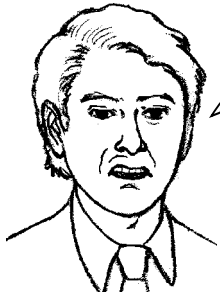
Idées nuisibles :



Les filles handicapées ont la chance d'avoir quelqu'un pour s'occuper d'elles—même si elles doivent supporter quelques abus.

La vérité : Une fille handicapée a le droit d'être soignée comme les autres filles. Personne n'est 'chanceuse' d'être victime d'abus.

Idées nuisibles :



Peu importe si vous abusez d'une femme handicapée. Les femmes handicapées sont stupides et ne méritent pas qu'on les écoute.

La vérité : Il n'est jamais correct d'abuser d'une femme handicapée. Personne ne doit être victime d'abus— surtout une femme qui a des difficultés à apprendre. Toute forme d'abus— qu'il s'agisse de violence verbale, de manque de soins, de refus de scolariser, de prise de décision pour une femme sans la consulter, de violence physique ou sexuelle—doit être combattue.

Différents types d'abus

Lorsque l'on parle d'abus, les gens pensent généralement à l'agression sexuelle— l'humiliation, la bastonnade, au viol, ou même au meurtre. Alors que les femmes handicapées sont vulnérables à la violence physique et aux autres formes d'abus.

Par exemple, les femmes qui dépendent de quelqu'un qui s'occupe d'elles au quotidien peuvent être humiliées, privées de nourriture, d'eau ou de médicaments ; laissées pendant longtemps lorsqu'elles font leurs besoins sur elles ; ou ne pas recevoir les soins dont elles ont besoin. Certaines personnes peuvent forcer les femmes à échanger des faveurs sexuelles contre des soins. Certaines filles et femmes handicapées sont rarement autorisées à rencontrer d'autres personnes ou à sortir de la maison. D'autres peuvent être abandonnées ou être victimes d'autres types de violence.

Une femme handicapées peut subir des abus de la part d'une personne qui est également handicapée. Si un homme handicapé se sent impuissant et en colère à cause de son handicap, il peut manifester sa colère en battant sa partenaire comme un moyen d'affirmer son pouvoir sur elle.



La violence physique—ainsi que les autres formes d’abus et de violence—peuvent provoquer des problèmes de santé mentale. Les femmes qui ont été victimes d’abus, ont souvent peur ou sont tristes, et souffrent parfois de dépression. Lorsqu’une femme est maltraitée, son corps—et son esprit doivent guérir.

VIOLENCE VERBALE

On parle de violence verbale lorsque quelqu’un insulte, maltraite, effraie, abandonne ou isole, ou traite une femme comme si elle ne valait rien. Certaines personnes maltraitent les femmes handicapées en disant qu’elles devraient être mortes, ou qu’elles constituaient un fardeau et ne méritaient pas de vivre.

On parle également de violence verbale, lorsqu’on :

- Parle mal d’une femme sourde avec des personnes qui ne sont pas sourdes.
- Appelle leurs noms ou crie sur elles pour avoir fait les choses différemment.



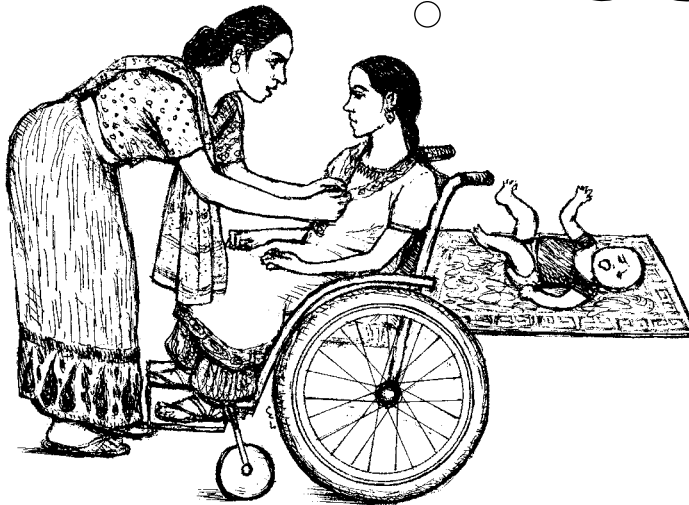
La violence verbale rend la femme fragile

La violence verbale empêche la femme handicapée d'être forte. Une femme qui est abandonnée peut avoir l'impression d'avoir perdu sa place et son rôle dans la société. Il est facile pour elle d'être triste et fragile.

Lorsqu'une femme est toujours insultée ou traitée de tous les noms, elle commencera à se sentir stupide et triste. Et si quelqu'un se moque d'elle devant ses amies ou ses voisins, elle peut se sentir humiliée et ne plus vouloir sortir. Après un certain temps, la femme commencera à croire qu'elle n'est pas en mesure de faire quelque chose de positif. Une femme qui est victime de violence verbale, souffre parfois de problèmes mentaux ou de dépression. Pour de plus amples informations, voir le Chapitre 3 qui porte sur la Santé Mentale.

Tu as trop de problèmes, Bahvna. Je ne sais pas comment je prendrai soin de toi et du bébé.

Mais je pourrai chanter des chansons au bébé et le réconforter pendant que tu prépares le repas. Tu dois me confier des tâches que JE PEUX accomplir, au lieu de me traiter comme un enfant.



ABANDON

Souvent, les gens abandonnent ou refusent de s'occuper d'une personne handicapée. Une famille peut abandonner un enfant si elle a honte de lui ou si elle ne peut pas lui donner les soins dont il a besoin. Une femme qui est victime de handicap, peut être abandonnée par son mari ou sa famille, parce qu'ils ne sont pas en mesure d'accepter le changement de son corps.



De nombreuses femmes handicapées qui sont abandonnées, emménagent chez des parents qui peuvent les rendre triste. Lorsqu'il y'a beaucoup à faire ou la famille est déjà pauvre, les femmes handicapées

se sentent parfois comme un fardeau. Souvent, les parents reprochent à la femme handicapée d'être la 'cause' de leur malheur, surtout si elle a des enfants.

ISOLEMENT

Le fait de garder une femme handicapée enfermée seule dans une chambre est l'une des pires formes d'abus.

Lorsqu'une communauté ne respecte pas ou exclut les personnes handicapées, certaines personnes ont honte d'avoir une femme ou une fille handicapée dans la famille. Elles peuvent essayer de cacher les femmes et les filles handicapées, ou de prétendre qu'elles n'existent pas. Parfois, les femmes et les filles handicapées ne sont pas autorisées à aller à l'école ou à prendre part aux événements communautaires ou aux cultes religieux.

Dans certaines communautés, les femmes handicapées sont isolées parce que les autres personnes ont peur que le fait d'être proches d'elles, les rende handicapées aussi. Et certaines personnes pensent que si une femme enceinte touche une femme handicapée, son bébé naîtra avec un handicap. Rien de cela n'est vrai. Le handicap n'est pas contagieux.



NÉGLIGENCE

On parle de négligence lorsque quelqu'un qui doit prendre soin d'une femme handicapée l'ignore ou ne l'aide pas. Par exemple, lorsque quelqu'un :

- Ne lui donne pas à manger ou la nourrit avec brutalité.
- Refuse de l'aider à prendre les médicaments dont elle peut avoir besoin.



- Ne l'aide pas à aller aux toilettes.



Voici d'autres exemples de négligence :

- Laisser une femme handicapée pendant longtemps.
- Ne pas l'aider à s'habiller et à se laver.
- Ne pas l'aider à se déplacer ou à changer de position pour éviter les escarres de décubitus.
- Ne pas changer les draps souillés et les vêtements mouillés.

Les gens négligent également les femmes handicapées en les laissant à la maison, ou en leur privant d'une bonne éducation, d'une bonne alimentation, ou de vêtements.

La négligence peut blesser une femme, et la rendre solitaire et craintive. Elle peut avoir des escarres de décubitus si elle reste au lit pendant longtemps ou si elle ne peut pas se déplacer (voir page 116).

Violence physique

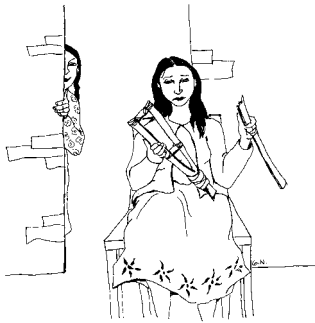
La violence physique comprend le fait d'être battue, poussée, pincée, giflée, ou frappée. Souvent, les gens menacent les enfants de la femme handicapée. Elle a peut-être encore plus peur parce qu'elle ne peut pas protéger ses enfants de la violence.

En plus de la bastonnade et des agressions, une femme handicapée peut être victime d'abus physique lorsque :

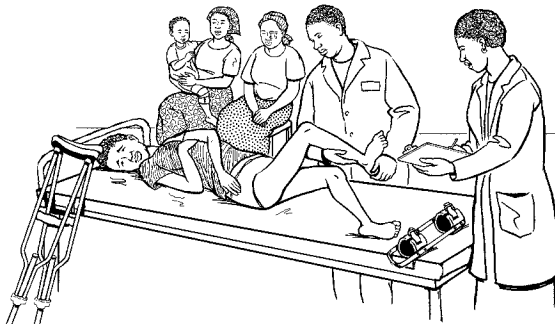
- Quelqu'un casse délibérément les appareils qu'elle utilise, tels que sa prothèse auditive, ou ses béquilles.
- Quelqu'un déplace délibérément les affaires d'une femme aveugle pour rendre son déplacement difficile.



Les femmes handicapées peuvent être victimes d'abus physiques et maltraitées dans divers endroits: cliniques, écoles, maisons d'accueil, lieu de travail, transport public, ou même à la maison.



- Elle est obligée d'être nue devant des étrangers lors d'un examen dans une clinique ou un hôpital public.



Les agents de santé peuvent éviter ce type de situation en couvrant son corps autant que possible avec ses vêtements ou un drap. Ou l'examiner dans une salle privée si possible.

Prévention des abus

L'un des moyens à travers lequel les femmes handicapées peuvent être à l'abri de la violence est de s'impliquer davantage dans la communauté. Le fait d'échanger avec les autres peut vous aider à trouver du soutien.

- **Communiquer avec plusieurs personnes.** Si, au début, les autres personnes n'arrivent pas à comprendre ce que vous dites, avec la pratique, elles vous comprendront mieux. Le fait de dessiner des images simples, peut également aider.
- **Parlez de la violence avec les autres femmes en qui vous avez confiance.** Il peut être difficile de parler de ce qui s'est passé, et vous pouvez avoir honte ou peur que votre agresseur le sache. Vous pouvez aussi avoir peur que personne ne vous croit. Souvent, vous pourriez vous sentir plus mal après avoir parlé, surtout si la personne à qui vous parlez, ne vous écoute pas. Mais le fait de parler à quelqu'un constitue généralement le meilleur moyen d'obtenir de l'aide. Voir les informations sur la formation de groupes de soutien (voir page 65).



J'échange avec les aînées en qui j'ai confiance lorsque j'ai besoin d'aide et de soutien.

J'essaie de me calmer et d'échanger directement avec la personne qui me maltraite. Je lui dis clairement que je n'aime pas la manière dont elle me traite.

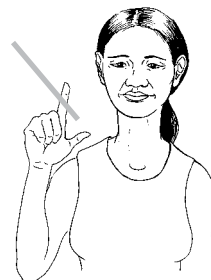


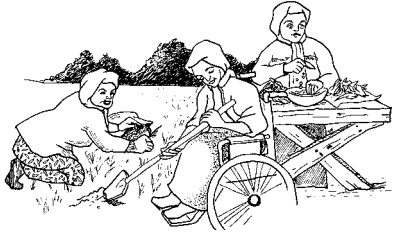
Les gens disent des choses telles que, "Cette fille est inutile." Pour me débarrasser de ce sentiment d'inutilité, j'ai découvert que je pouvais faire des choses avec mes mains. Le fait de connaître mes propres capacités, m'a aidé à réduire la douleur de la violence verbale.

Lorsque j'étais à l'école, un garçon me poussa et prit mes béquilles. Je dis à mon professeure et elle le punit. Elle me conseilla de toujours marcher en compagnie d'autres enfants.



J'étais seule et mon mari était la seule personne qui savait utiliser le langage de signes. Le fait d'enseigner le langage de signes aux autres femmes de la communauté m'a aidé à me faire des amies et à faire plus de choses avec d'autres personnes. Maintenant, j'ai le soutien des autres femmes et je peux demander de l'aide lorsque j'en ai besoin.





Des femmes ayant diverses capacités peuvent s'échanger les tâches.

- **Faites vos travaux avec d'autres femmes.** Les gens sont moins susceptibles de vous menacer ou de vous maltraiter en présence d'autres personnes. Si vous êtes agressée dans un lieu public, les autres femmes peuvent avoir très peur ou honte de réagir. Mais vous pourriez obtenir l'aide de ces femmes plus tard.
- **Demandez l'aide** des autres femmes et des groupes communautaires lorsque vous ou quelqu'un que vous connaissez est victime d'abus.
- **Echangez avec un agent de santé** si vous êtes victime d'agression physique.

Les agresseurs brisent parfois l'estime de soi d'une femme ; lui faisant croire qu'elle (et ses enfants) ne peuvent pas vivre sans l'agresseur. Rappelez-vous, vous pouvez survivre sans l'agresseur.

Voir Ce que vous pouvez faire pour être à l'abri de la violence (page 308).

Mon mari me dit toujours qu'il m'a faite une faveur en m'épousant. Étant donné que ma famille est pauvre, il m'a accusée de l'avoir épousé pour sa richesse. Il m'a dit que je ne pourrai jamais avoir un autre partenaire, et il abusa de moi. Après avoir consulté des avocates, et échangé avec les parents de mon mari, j'ai décidé de le quitter.



Une femme de ma communauté était victime d'agression physique de la part de son mari après qu'elle ait donné naissance à une fille souffrant de handicap. En fin de compte, elle prit la décision de retourner chez ses parents et de mettre fin à son mariage.

Pour mon amie, l'abus a commencé lorsqu'elle est devenue handicapée. Son mari refusait de l'aider et commença à la tromper. Mon amie est repartie dans sa famille, où elle eut de l'amour et des soins. Son état s'est amélioré et elle est plus en forme et plus heureuse.



Soutien aux femmes qui quittent les partenaires violents

Étant donné que les femmes se sont organisées pour lutter contre l'abus, dans plusieurs endroits, les lois et les tribunaux ont été mis en place pour nous protéger contre la violence. Dans certains endroits, on ne peut pas faire confiance aux personnes qui sont censées faire appliquer les lois, notamment la police, les avocats et les juges, pour aider une femme. Mais dans toutes les communautés, les femmes sont mieux protégées lorsqu'elles travaillent ensemble. Voici un exemple :



Si votre partenaire vous frappait...



...et vous décidez de le quitter...



parlez-en avec quelqu'un en qui vous avez confiance (une voisine, une amie, ou un proche).



Puis, essayez de rencontrer les autres femmes de la communauté pour parler de vos problèmes. Vous apprendrez probablement que certaines d'entre elles ont les mêmes problèmes.



Ensuite vous pouvez aller ensemble et échanger avec l'homme. Si il ne dit pas qu'il va changer, allez-y ensemble chez le sage du village...



...ou à la police pour le dénoncer. La police prendra probablement votre plainte au sérieux si vous êtes avec un groupe.

Abus sexuel

Les filles sont particulièrement exposées aux abus sexuels parce qu'elles sont plus petites, plus faibles, et moins conscientes des règles et des pratiques sociales en matière de sexe dans leurs communautés. Les filles peuvent être agressées par le père ou la mère, un oncle ou un autre membre de la famille, ou un frère ou d'autres enfants. Si la fille parle de l'agression à un membre de la famille, la famille protège souvent l'agresseur—et blâme la fille. Mais, il n'est jamais juste de blâmer la personne qui a été victime d'abus, surtout pas un enfant.

Les filles et les femmes handicapées sont plus exposées aux agressions—particulièrement si elles sont affaiblies par leur handicap, ont des difficultés de communication, ou ne sont pas totalement acceptées par leurs communautés. Cela peut emmener les agresseurs à penser que les femmes handicapées sont des cibles faciles et que leurs communautés ne se soucient pas de ce qui les arrive.

Une femme handicapée peut être victime d'agression sexuelle de la part de son mari, des autres membres de la famille, d'une personne qui s'occupe d'elle, ou d'un étranger. Le plus souvent, une femme est violée par un homme qu'elle connaît. Et étant donné que la famille de la femme ne lui a pas peut-être permis d'être dans des situations sociales où elle pourrait se faire des amis et avoir des informations sur les relations sexuelles entre un homme et une femme, elle peut penser qu'elle n'a pas d'autre choix que d'accepter le viol. Elle peut penser que personne sauf l'agresseur n'est attiré par elle.

Il existe plusieurs types d'abus sexuels, mais parfois les gens ne les considèrent pas comme une agression sexuelle ou un viol. L'agression sexuelle désigne tout contact sexuel que la femme ne veut pas. Une femme ou une fille est victime d'abus sexuel, lorsqu'elle :

- Est violée ou forcée à avoir des rapports sexuels.
- Est victime d'attouchements au niveau des seins ou des parties génitales, ou sur d'autres parties du corps, sans sa permission.
- Est forcée d'avoir des rapports sexuels avec quelqu'un pour garder un emploi, ou avec un enseignant pour passer en classe supérieure.
- Est forcée à avoir des rapports sexuels en échange de soins.
- A des rapports sexuels en échange d'argent ou de nourriture, parce qu'elle n'a pas d'autres moyens de prendre soin d'elle.
- Doit poser pour des photos érotiques (pornographie) en échange d'argent, de nourriture, ou de soins.
- Doit entendre parler de ou regarder des films pornographiques avec d'autres personnes.
- Est taquinée ou abordée avec des propos vulgaires, ou doit écouter des blagues ou des discussions sur le sexe qui peuvent la mettre mal à l'aise.
- Est faite pour regarder la pornographie.

***Toute femme ou fille peut être victime d'agression sexuelle.
Ce n'est jamais de leur faute.***

Parler de l'agression sexuelle avec les femmes qui ont des difficultés pour entendre et comprendre

Tous les enfants apprennent à obéir aux adultes. En grandissant, ils apprennent à quel moment refuser d'obéir. Mais les femmes qui ont des difficultés d'apprentissage, ont souvent seulement appris à faire confiance aux autres personnes, en se comportant 'bien' en étant silencieuses, en ne discutant pas, et en faisant ce qu'on leur demande. Cela peut faire d'elles des cibles faciles pour les personnes qui veulent profiter d'elles, y compris sexuellement.



Parlez de la violence sexuelle aux filles et aux femmes qui ont des difficultés d'apprentissage et aidez-les à comprendre qu'elles ont le droit d'être protégées de la violence. Veillez à ce qu'elles sachent qu'elles peuvent vous en parler ou en parler à quelqu'un en qui elles ont confiance si elles sont victimes d'attouchement ou d'agression, et qu'on les croira et les gardera à l'abri.

Veillez également à ce que les femmes ayant des difficultés d'apprentissage apprennent à se défendre.

Agression sexuelle et viol

L'agression sexuelle signifie le fait de forcer une femme à avoir des rapports sexuels. Le viol est la forme la plus violente de l'agression sexuelle. On parle de viol à chaque fois qu'un homme introduit son pénis, ses doigts, ou tout autre objet dans le vagin de la femme, ou dans sa bouche sans son consentement.

Agression sexuelle et viol des filles

L'agression sexuelle et le viol sont extrêmement dangereux pour quiconque. Mais, l'effet qu'ils ont sur les filles, peut être particulièrement difficile et durable. Étant donné que les filles ne sont pas matures sur le plan sexuel et ne peuvent pas comprendre ce qu'elles ont subi exactement, elles ont des difficultés à trouver quelqu'un qui croit en elles. Dans certaines communautés, une fille violée ne sera jamais 'acceptable' à épouser.

Dans les endroits où il y'a une forte présence militaire, les filles sont souvent forcées à être des servantes ou des 'esclaves sexuelles' pour les soldats ou les groupes armés. Ces filles deviennent souvent handicapées physiquement et émotionnellement par la suite.

Dans certains endroits, les gens pensent que le fait d'avoir des rapports sexuels avec une vierge, constitue un remède contre le SIDA, et de nombreuses filles, et même des bébés sont violés à cause de cette croyance. Étant donné que leurs corps sont petits, les parties génitales sont gravement endommagées et elles sont plus exposées au VIH et aux infections sexuellement transmissibles.

Obtenir de l'aide si vous êtes violée ou agressée

Chaque femme a une expérience différente du viol. Mais il existe un certain nombre de choses à faire pour vous permettre de vous rétablir. D'abord, posez-vous les questions suivantes :

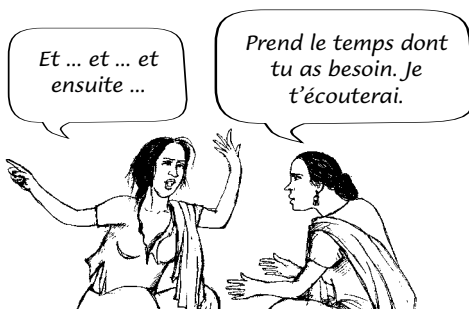
- A qui pouvez-vous demander de l'aide ?
- Voulez-vous parler du viol à la police ?
- Où pouvez-vous aller pour des soins médicaux ?
- Voulez-vous essayer de punir le violeur ?

Une femme handicapée qui est violée a besoin de la même aide que toute autre femme. Il est important d'en parler à quelqu'un en qui vous avez confiance, qui peut vous accompagner chez un agent de santé, et qui peut vous aider à prendre la décision d'en parler à la police. Vous pouvez vous sentir triste, blessée, apeurée ou énervée pendant longtemps, donc vous avez besoin de parler de vos sentiments à quelqu'un. Choisissez quelqu'un qui se soucie de vous, qui est fort et fiable, et en qui vous avez confiance et qui ne vous trahira pas. Votre famille ou les personnes qui s'occupent de vous habituellement peuvent être trop contrariées pour vous apporter tout le soutien dont vous avez besoin.

Le stigmatisme du viol

Dans certains endroits, une femme qui a été violée, est traitée comme si elle avait emmené la honte ou le déshonneur dans sa famille ou dans la communauté entière. Elle est injustement blâmée non pour l'attaque qu'elle a subie, mais pour l'échec moral de toute la communauté. On appelle cela stigmatisme. A cause du stigmatisme, une femme qui a été violée peut avoir peur de le dire aux autres. Elle peut avoir peur que les membres de sa communauté la traite différemment si ils sont informés du viol. Ou, les membres de la famille de la femme ne veulent que personne ne soit informée, parce qu'ils pensent que c'est un déshonneur pour la famille. Le stigmatisme peut être pire pour une femme handicapée, car il s'ajoute aux préjugés que les gens ont déjà sur les personnes handicapées ou les gens qui ont des personnes handicapées dans leur famille.

Une femme qui a été violée, ne doit **jamais** être blâmée pour cela. Une femme qui a été violée, a besoin du soutien de sa famille et de sa communauté. Le stigmatisme est un obstacle à la guérison de la femme et à la prévention des agressions sexuelles dans la communauté à l'avenir.



Si vous vous exprimez différemment, il peut être difficile d'expliquer ce qui s'est passé, surtout si vous êtes contrariée. Lorsque vous avez honte ou si vous êtes effrayée, les mots sortent difficilement. Parfois, une image peut aider à expliquer ce qui s'est passé.

Si vous êtes sourde

Les femmes qui sont sourdes ou qui ont du mal à parler, peuvent éprouver des difficultés à avoir de l'aide lorsqu'elles sont violées ou agressées. Même si elle est en mesure de décrire l'agression, si personne ne comprend le langage de signes, elle aura du mal à expliquer ce qui s'est passé et à dire qui la agressée.



Lorsque je suis allée à la police parce que mon mari me battait, les agents n'ont pas compris le langage de signes et étaient impatients avec moi. Ma coépouse a défendu mon mari, et personne ne me croyait.

Lorsqu'une personne que vous connaissez est victime de viol ou d'agression

Lorsque vous échangez avec une femme qui a été agressée ou violée, rassurez-la que vous allez l'écouter. Dites-lui de prendre tout le temps dont elle a besoin pour expliquer ce qui s'est passé.

- Rassurez-la que ce n'est pas de sa faute.
- Soyez à l'écoute. Écoutez ses sentiments, aidez-la à décider de ce dont elle a besoin, et rassurez-la qu'elle peut continuer sa vie.
- Respectez ses souhaits pour l'intimité et la sécurité. N'en parlez à personne à moins qu'elle ne le veuille.
- Accompagnez-la pour voir un agent de santé ou parler du viol ou de l'agression à la police, pour parler à quelqu'un qui est formé pour l'écouter et la soutenir, pour voir un avocat, et aller au tribunal si elle le veut le faire.
- Ne protégez pas le violeur si vous le connaissez. Si possible, informez les autres femmes. Le violeur constitue un danger pour toute la communauté.

Je te crois. Ce n'est pas de ta faute. Je vais t'aider.



Si vous allez à la police

Dans la plupart des endroits, le viol est un crime. Mais cela peut prendre beaucoup de temps et il est très difficile de prouver que vous avez été violée. Prenez la décision d'aller à la police avec prudence. La police a-t-elle aidé les femmes de votre communauté qui ont été violées ? Si vous voulez que le viol reste secret, la police le gardera-t-il secret ?

N'allez jamais seul à la police. Dans certaines communautés, une femme qui va seule à la police risque d'être encore violée par les agents de la police. Assurez-vous d'avoir quelqu'un pour vous accompagner.

Si vous voulez informer la police du viol, vous devez le faire le plus tôt possible. Ne vous lavez pas, ou ne prenez pas un bain, et ne changez pas les habits que vous portiez. Cela peut aider à prouver que vous avez été violée. La police peut vous demander de faire un examen médical chez un médecin qui travaille avec la police. L'examen peut aussi prouver que vous avez été violée.



Si le violeur est arrêté, vous devez l'identifier devant la police ou devant un juge au tribunal. Le fait d'aller au tribunal n'est jamais facile. Le fait de décrire ce qui s'est passé peut vous emmener à avoir les mêmes sentiments d'avoir été violée encore. Tout le monde ne comprendra pas. Certains peuvent essayer de vous blâmer ou de dire que vous mentez.

Et certaines personnes ne vous écouteront pas à cause de votre handicap. Ils peuvent penser qu'une femme handicapée ne peut être un témoin sincère et convaincant. Mais certaines femmes handicapées peuvent réussir au tribunal, surtout si elles ont le soutien de leur communauté. Lorsque vous décidez d'aller au tribunal, assurez-vous d'y aller toujours avec quelqu'un en qui vous avez confiance.

PROBLÈMES DE SANTÉ CAUSÉS PAR LE VIOL

Après un viol, il est recommandé de voir un agent de santé, même si vous n'êtes pas blessée. Dites à l'agent de santé que vous avez été violée. Il peut aider à éviter et à traiter les problèmes de santé courants causés par le viol.

Grossesse

Vous pouvez éviter une grossesse si vous réagissez rapidement et utilisez la planification familiale d'urgence. Parlez-en avec un agent de santé. Utilisez la planification familiale d'urgence le plus tôt possible après le viol, mais au plus tard 5 jours (120 heures). Voir page 357.

Même si vous utilisez la contraception d'urgence, si vous n'avez pas vos menstrues le mois suivant à temps, faites immédiatement un test de grossesse. Si vous pensez que vous êtes enceinte, voyez un agent de santé. Dans certains pays, l'avortement est légal pour les filles ou femmes violées.

Infections sexuellement transmissibles (IST) et VIH/SIDA

L'homme qui vous a violé peut avoir une infection sexuellement transmissible (IST) ou le VIH/SIDA et vous contaminez. Un agent de santé peut vous donner des médicaments pour éviter les IST telles que la blennorragie, la syphilis, et la chlamydia même si vous pensez que vous n'avez pas été infectée. Mieux vaut prévenir une IST que d'attendre les signes d'une infection.

Vous devez faire un test de VIH (page 172) au cours des 2 à 4 semaines. Utilisez des condoms avec votre partenaire pour le protéger d'une infection, jusqu'à ce que le résultat du test soit négatif. Si vous vivez dans une région où le taux du VIH/SIDA est élevé, vous devez parler avec un agent de santé pour avoir des médicaments afin de réduire le risque d'être infectée.

Déchirures et coupures

Le viol peut endommager les parties génitales en provoquant des déchirures et des coupures. Elles peuvent causer des douleurs qui disparaîtront avec le temps. Si les saignements sont trop importants, voyez un agent de santé qui peut essuyer vos larmes et vous donner des médicaments pour éviter des infections. Pour les petites coupures et déchirures :

- Lavez vos organes génitaux 3 fois chaque jour avec de l'eau tiède qui a été bouillie et refroidie. Vous pouvez mettre des feuilles de camomille dans l'eau bouillante pour permettre la guérison. Ou vous pouvez mettre du liquide dans les feuilles d'une plante d'aloès sur les coupures et les déchirures.
- Versez de l'eau sur vos organes génitaux lorsque vous urinez pour qu'ils ne soient pas brûlés. Buvez beaucoup d'eau pour que l'urine soit moins acide.
- Surveillez les signes d'infection : fièvre, liquide jaunâtre (pus), mauvaise odeur, et douleur insupportable.



Infections de la vessie ou des reins

Après des rapports sexuels violents, il est fréquent pour une femme d'avoir une infection de la vessie ou du rein. Si vous ressentez une douleur lorsque vous urinez, ou si il y'a du sang dans les urines, voyez un agent de santé. Vous avez peut-être besoin de médicaments. Ils aident à boire beaucoup d'eau, au moins 8 verres par jour.

À l'agent de santé :

Si vous voyez une femme qui a été violée ou agressée :

Traitez-la avec gentillesse et compréhension.

Encouragez-la à dire ce qui s'est passé, écoutez-la attentivement, et dites-la que vous la croyez. Ne la blâmez pas. Elle peut ne pas apprécier que vous la voyiez ou la touchez. Donc avant de la toucher, expliquez lui que vous allez l'examiner et que vous allez attendre jusqu'à ce qu'elle soit prête. Rappelez-vous que ses sentiments par rapport au viol et la violence peuvent durer longtemps, voire même des années.



Traitez ses problèmes de santé. Donnez-lui des médicaments pour éviter les IST et la grossesse, et réduire le risque du VIH/SIDA. Si elle tombe enceinte suite au viol, aidez-lui à décider de ce qu'il faut faire.

Notez le nom de la personne qui l'a violée et ce qui s'est passé exactement. Si votre clinique ne garde pas les dossiers, établissez un dossier pour elle et gardez-le en lieu sûr. Dessinez une image de l'avant et de l'arrière de son corps et marquez les endroits où elle a été blessée. Montrez-lui et dites-lui ce que vous avez écrit, et expliquez que cela peut être utilisé pour appuyer les faits qu'elle ait été violée si elle signale le viol à la police ou engage des poursuites judiciaires contre le violeur.

Répondez à ces besoins émotionnels et mentaux. Demandez-lui si elle a quelqu'un à qui parler. Aidez-lui à se respecter encore et à reprendre sa vie en main. Aidez-lui à prendre ses propres décisions. Si elle veut signaler le viol à la police, aidez-lui à trouver des services d'aide juridique. Aidez-lui à trouver d'autres services d'aide aux femmes violées dans la communauté.

Aidez-lui à en parler à son partenaire ou à sa famille. Si ils ne savent pas déjà, suggérez-lui de leur en parler. Vous pouvez leur aider à trouver des moyens de la soutenir jusqu'à ce qu'elle guérisse. Rappelez-vous que les membres de la famille ont généralement besoin d'aide pour surmonter leurs sentiments à propos du viol.



Si vous êtes un agent de santé, demandez toujours la permission avant d'examiner une fille ou une femme handicapée qui a été violée ou agressée. Cela l'aidera à sentir qu'elle peut décider de la personne qui la touche.

LES RELATIONS SEXUELLES APRÈS UN VIOL

Vous pouvez avoir des relations sexuelles normales après un viol. Vous devrez attendre que vos organes génitaux ne fassent plus mal et que les blessures guérissent. Pour de nombreuses femmes, le fait d'avoir des rapports sexuels leur rappelle le viol. Si cela vous arrive, échangez avec votre partenaire sur le fait que les rapports sexuels ne sont plus les mêmes et sur vos craintes, et pourquoi vous devez attendre.

Demandez à votre partenaire de vous aider à surmonter votre peur en vous prenant dans ses bras et en vous caressant doucement, et en évitant de toucher les parties génitales. Lorsque vous vous sentirez en sécurité, vous pouvez recommencer à avoir des rapports sexuels. Mais cela prend du temps, et vous devez être patiente. Le partenaire d'une femme qui a été violée, peut l'aider en étant gentil et compréhensif. Mais souvent, le partenaire d'une femme peut la rejeter parce qu'elle a été violée. Il peut avoir honte et en colère, surtout si il pense que ce viol le déshonore ou si cette croyance existe dans la communauté. Il peut être utile d'avoir quelqu'un dans la communauté à qui parler de ses sentiments.

COMMENT VOUS VOUS SENTEZ APRÈS UN VIOL

Le viol peut toujours vous affecter après la guérison. Voici quelques réactions courantes :



Il est important pour une femme qui a été violée de parler à quelqu'un ou de faire des choses qui lui permettront de se sentir mieux après le viol. Chaque femme a son propre moyen de guérison. Certaines femmes effectuent un rituel. D'autres essaient de punir le violeur ou de lutter pour que d'autres femmes ne soient pas violées. Quoi que vous fassiez, soyez patiente avec vous-même et demandez aux autres d'être patients également. Pour plus d'informations, voir le Chapitre 3, sur la Santé Mentale.

Mauvais traitement dans les établissements

Souvent, lorsque les membres de la famille éprouvent des difficultés à prendre soin d'une femme handicapée, ils décident de la placer dans un établissement ou un foyer d'accueil. Ils pensent que l'établissement sera en mesure de mieux prendre soin de leurs filles ou de leurs mères. De nombreuses personnes qui vivent dans les établissements ou les foyers d'accueil ont aussi le sentiment d'appartenir à et d'avoir une communauté de personnes autour d'elles. Bien que plusieurs personnes handicapées survivent grâce aux soins qu'elles reçoivent dans les foyers d'accueil, les hôpitaux, et les orphelinats, elles peuvent être aussi victimes d'abus.

Les personnes qui vivent dans les foyers sont parfois isolées, seules et sans défense, et sont plus vulnérables aux abus. La plupart du temps, elles vivent loin de leurs familles, ou n'ont pas de familles à la maison qui peuvent prendre soin d'elles.

Les personnes handicapées qui vivent dans les établissements n'arrivent pas parfois à prendre leur vie en main. En général, elles font tout ce qu'on leur demande, et ne peuvent pas prendre leurs propres décisions. Les femmes qui ont des difficultés d'apprentissage, peuvent être particulièrement isolées dans les établissements parce qu'elles ont du mal à comprendre et à se faire comprendre.



Les autres problèmes des personnes vivant dans les foyers d'accueil résultent de la manière dont ces foyers sont gérés. Beaucoup de foyers ont trop de pensionnaires mais peu de moyens. Parfois, les gens qui travaillent dans les foyers sont débordés, frustrés, et épuisés. Souvent, on leur donne trop de pouvoir : ils établissent les règles, fournissent les soins, et doivent maintenir l'ordre.

En plus des types d'abus mentionnés au début, les femmes handicapées peuvent être confrontées à d'autres formes d'abus et de violence dans les foyers :

- Rapports sexuels forcés avec les agents, les concierges, ou les autres résidents ;
- Bastonnade, gifles, ou blessures ;
- Manque d'activité de travail ou de plaisir, et ennui au quotidien ;
- Stérilisation ou avortements forcés ;
- Enfermée seule dans une chambre ;
- Bains de glace ou douches froides comme punition ;
- Médicaments forcés (tranquillisants) ;
- Se déshabiller ou être nu devant les autres ;
- Regarder les autres personnes être agressées ou humiliées ;
- Être attachée ou confinée (incapable de se déplacer).

Personnes travaillant dans les foyers

De nombreuses personnes qui travaillent dans les foyers de soins pour les femmes handicapées, ont de bonnes intentions. Mais certaines d'entre elles peuvent maltraiter les femmes handicapées. Ces personnes aiment dominer les autres. D'autres personnes qui travaillent dans les foyers peuvent être contrariées par la façon dont les femmes handicapées sont traitées dans le foyer et peuvent vouloir faire les choses différemment. Ces donneurs de soins travaillent en général pendant de longues heures mais sont mal payés. En général, ces personnes sont tenues de faire ce qu'on leur demande et ont rarement le pouvoir de changer les conditions dans lesquelles elles travaillent.

Souvent, les donneurs de soins ne disent rien parce qu'ils ne savent pas quoi dire, ou ont peur de perdre leur travail. Si les donneurs de soins se plaignent de l'abus, on pourrait leur dire que ce n'est pas leur problème, ou ils peuvent être menacés ou moqués. Plusieurs fois, des donneurs de soins ont fini par croire que les mauvais traitements sont juste la façon dont les choses sont.



J'aimerais passer plus de temps avec les patients, mais je ne pourrais pas finir mon travail. Et si je ne termine pas, je perdrais mon emploi.

Les personnes responsables du foyer ne seront peut-être pas informées de l'abus ou si elles ne savent, elles peuvent prétendre que rien ne se passe, ou que la violence à l'encontre des personnes handicapées, importe peu.

Les mauvaises conditions et l'abus des personnes handicapées dans les foyers concernent toute la communauté. Les personnes vivant dans les foyers ont besoin d'assez de ressources pour des soins appropriés et ne doivent pas être agressées.

TRAVAILLER POUR CHANGER LES FOYERS

Si vous connaissez quelqu'un qui a été envoyé dans un foyer, et que vous pensez que la personne est maltraitée, voici quelques idées pour œuvrer pour le changement :

- Informer un parent ou un groupe de familles, et échanger avec les personnes responsables. Elles seront plus susceptibles d'être attentifs si vous partez en groupe que si vous y allez seul
- Renforcer la participation de la communauté dans le foyer et auprès des résidents en offrant aux résidents des occasions d'activités significatives et d'interaction avec la communauté à l'extérieur.
- Campagne pour les heures de visite et les conditions qui permettent aux résidents de sortir avec un visiteur, ou de passer du temps en privé avec un visiteur.
- Plaidoyer pour des programmes communautaires et des services à domicile pour que les gens n'aient pas à aller dans les foyers.

Ce que vous pouvez faire pour être à l'abri de la violence

AUTO-DÉFENSE

Le fait d'avoir un handicap ne signifie pas que vous devez accepter que vous soyez faible et que vous devez toujours dépendre des autres. Vous pouvez apprendre à vous défendre et à faire face à l'abus, à la violence ou aux agressions sexuelles.

Ne pensez jamais que vous êtes seule. Vous faites partie d'un mouvement mondial de femmes et d'hommes qui travaillent pour mettre fin à la violence contre les femmes.

Vous pouvez commencer par empêcher les gens de vous offrir de l' 'aide' que vous ne voulez pas ou dont vous n'avez pas besoin. C'est l'un des moyens de montrer aux gens, votre capacité à vous exprimer et à prendre vos propres décisions. Bien que la personne proposant son "aide" puisse ne pas essayer de vous blesser, n'ayez pas peur de lui dire d'arrêter, même si elle semble ennuyée. Si il y'a des gens à côté, parlez assez fort pour qu'ils puissent vous entendre également. Essayez d'être ferme mais pas nécessairement impolie envers les personnes qui vous proposent une aide sincère mais que vous ne voulez pas.

Lorsque les hommes pensent qu'ils sont libres de vous toucher, ils peuvent penser qu'ils peuvent facilement profiter de vous. Si quelqu'un vous touche sans votre permission, dites-lui les trois réponses suivantes :

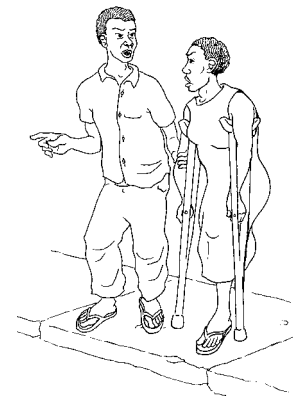
1. "Vous êtes en train de me toucher."
2. "Je n'aime pas cela."
3. "Enlevez vos mains de là."

Si la personne commence à pousser votre fauteuil roulant, dites fermement et d'une voix forte :

"Vous poussez mon fauteuil."

"Ne pousse pas mon fauteuil."

"Je ne veux pas que vous fassiez cela."

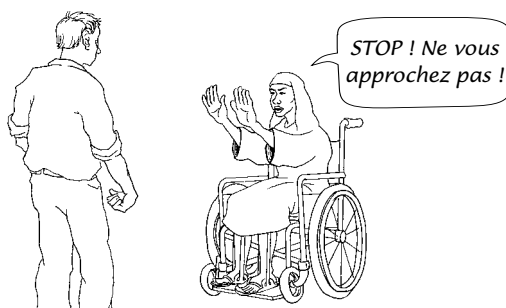


"Vous tenez mon bras."

"Ne touchez pas mon bras."



Si quelqu'un vient vers vous et que vous pensez qu'il peut vous blesser, essayez ceci :



Souvent, cette action est suffisante pour faire fuir la personne. Elle pensera que vous aurez trop de mal à profiter de la situation. Si elle continue à s'approcher, criez au secours.

Les agresseurs choisissent en général les personnes qui semblent facile à blesser. Et une femme handicapée, quel que soit son handicap, peut sembler facile à agresser, surtout si elle semble perdue ou ne sait pas où elle se trouve. Donc le fait d'agir d'une manière assurée avec beaucoup de confiance en soi est très important que de savoir se défendre physiquement. Le fait d'être assuré est la meilleure protection pour une femme. Lorsqu'une femme est assurée, elle se déplace, parle, et agit comme si elle a le droit d'être partout où elle se trouve. Elle agit avec confiance et se comporte comme une femme forte et fière. Pour plus d'informations, voir le chapitre sur l'estime de soi (pages 62 à 65).



Cette femme semble confiante et assurée.

CE QU'IL FAUT FAIRE LORSQUE VOUS ÊTES AGRÉSSÉE

Si une femme résiste à quelqu'un qui essaie de la blesser, elle peut parfois éviter le viol. Certaines personnes pensent que le fait d'essayer d'éviter un viol, énervera davantage l'agresseur. Mais, un agresseur constitue déjà un danger. Le fait de résister à un viol peut vous aider à fuir parce que cela peut montrer à l'agresseur qu'il ne sera pas facile de vous violer.

Il est impossible de savoir comment vous réagirez lorsque quelqu'un vous viole. Certaines femmes sont remplies de colère et sentent une force qu'elles ne savaient qu'elles avaient. D'autres sentent comme si elles ne pouvaient plus bouger. Mais rappelez-vous que si vous êtes victimes de viol, ce n'est pas parce que vous n'avez pas pu vous défendre. Le viol n'est **jamais** de votre faute.

Si quelqu'un vous agresse ou essaie de vous violer, faites tout ce que vous pouvez pour fuir :

- Faites quelque chose qu'il trouve dégoûtant comme baver ou cracher.
- Blessez les parties sensibles de son corps, tels que les yeux, le nez, ou les testicules (couilles) en le griffant, en le frappant ou en lui donnant un coup de pied.
- Roulez votre fauteuil aussi vite que possible vers la personne.

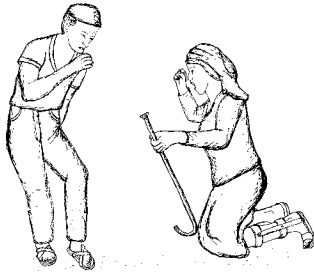
Faites du bruit, criez, ou hurlez "NON !"
Criez le plus fort possible : "A L'AIDE !"



Jetez de la poudre de chili, du piment, ou des saletés dans ses yeux. Cela le rendra aveugle pendant un moment et il aura très mal. Vous pourrez fuir.



Si vous n'avez pas d'équilibre, il est préférable de vous asseoir avant de commencer à vous défendre ou à reprendre la lutte.



Lorsque votre agresseur se penche, frappez son nez et ses yeux. Vous pouvez aussi utiliser votre tête pour taper son nez.



Le fait de s'asseoir ou de se mettre à genoux constitue une position de défense sûre pour les femmes qui utilisent des béquilles, dont les jambes sont faibles, ou qui ne peuvent pas tenir sur leurs pieds. Une fois que vous êtes assise, frappez-le avec votre béquille ou votre canne.

Si vous utilisez un bâton ou une canne, vous pouvez être désorientée si il est repoussé. Si vous pensez que quelqu'un est sur le point de vous agresser, tournez votre canne pour que l'extrémité courte et épaisse soit pointée vers l'homme. Frappez-le avec le bâton aussi fort que vous pouvez. Ne balancez pas votre bâton comme une batte de baseball ou de cricket. Cela le rend plus facile à saisir ou à repousser.

Il est préférable de frapper l'agresseur avec l'extrémité courte de votre canne plutôt qu'avec l'extrémité longue.



Si vous utilisez des béquilles, utilisez-les comme une arme pour le frapper.



SI VOUS ÊTES AVEUGLE

Les femmes aveugles peuvent perdre leurs repères lorsque quelqu'un les attaque. Mais vous pouvez utiliser le corps de celui qui vous attaque pour vous défendre. Essayez de trouver l'endroit qui relie l'épaule et le cou. C'est l'un des endroits les plus faciles à trouver, et il vous donne des bonnes informations sur la position du reste du corps. Ainsi, vous pouvez frapper les parties sensibles.

Demandez à un ami de vous aider à vous entraîner à trouver l'épaule rapidement, puis à trouver les parties sensibles du corps. Votre ami peut aussi vous aider à vous entraîner à trouver une canne qui est tombée.



Soulevez votre genou, et enfoncez-le rudement et rapidement dans ses testicules (boules).

Mettre en pratique vos compétences

La pratique de l'auto-défense peut vous aider à vous sentir plus en sécurité et plus confiante, même si vous n'avez jamais été agressée. Apprenez à avoir une attitude forte et assurée. Pensez aux différentes manières de vous défendre et essayez-les avec d'autres femmes. Vous pouvez vous organiser en groupe pour vous entraîner ensemble. Dans certains cours d'auto-défense, les femmes s'entraînent à frapper le plus fort possible. Elles peuvent frapper un mannequin ou une autre femme enveloppée dans du linge ou des coussins. Cela est très utile pour les femmes qui ne sont habituées à la lutte.

Rappelez-vous, même si vous ne pouvez pas vous défendre, ce n'est pas de votre faute si vous êtes agressée ou violée.



LES FAMILLES ET LES DONNEURS DE SOINS PEUVENT PRÉVENIR L'ABUS

Les filles et les femmes qui grandissent avec un handicap sont régulièrement touchées, examinées et transportées par les membres de la famille, les donneurs de soins et les agents de santé. Cela se passe souvent sans leur permission. Toute femme, qu'elle soit handicapée ou non, a le droit de décider de la personne qui la touche.

Les familles et les donneurs de soins peuvent œuvrer à prévenir les abus sexuels en aidant les filles à connaître la différence entre le 'bon contact' et le 'mauvais contact'. Vous devez toujours demander la permission avant de la toucher. Si elle a besoin d'aide pour les soins personnels et les activités quotidiennes, laissez-la toujours exprimer ce qu'elle veut que vous fassiez. Laissez-la vous dire comment être touchée ou positionner son corps pour qu'elle soit à l'aise. Apprenez aux filles handicapées à dire 'NON' à ce qu'elles ne veulent pas.

Parlez du viol et de l'abus sexuel aux filles handicapées, et assurez-vous qu'elles apprennent à se défendre.

Si vous éduquez une fille handicapée avec amour et respect, elle sera une femme confiante et assurée, et les autres personnes seront moins susceptibles de la maltraiter.

Le corps d'une femme doit toujours être traité avec respect.



LES COMMUNAUTÉS PEUVENT PRÉVENIR LA VIOLENCE ET L'ABUS

Lorsqu' une communauté pense que l'abus est une chose terrible, il est rare qu'une femme en soit victime. Si les femmes handicapées sont considérées comme des membres importants de la communauté, peu d'entre elles seront victimes d'abus. Mais dans les endroits où les communautés pensent que les femmes handicapées ne valent rien, bon nombre d'entre elles sont victimes d'abus.

Apporter de l'aide aux femmes qui sont victimes d'abus, surtout celles handicapées. Les centres d'aide des victimes de viol, les centres d'accueil d'urgence, les centres d'accueil et autres programmes de lutte contre l'abus et la violence peuvent initier des programmes spéciaux pour aider les femmes handicapées. Assurez vous que les immeubles soient accessible et que les informations appropriées soient disponibles pour les femmes aveugles et sourdes, et pour celles qui ont des difficultés d'apprentissage.

Les centres de santé, les écoles, les centres d'assistance, les églises ou les sages de la communauté peuvent aider à la prise en charge de la santé mentale des personnes qui ont subi des abus. L'assistance peut permettre aux personnes qui ont été victimes d'abus de retrouver la confiance, l'estime de soi, et le bien-être.

Former et impliquer les hommes dans les discussions sur les effets néfastes de l'abus. Assurez-vous que la police et les autres leaders de la communauté comprennent qu'il n'est jamais CORRECT d'abuser d'une femme handicapée. Recruter des personnes qui maîtrisent le langage de signes dans tous les services communautaires, tels que les commissariats de police, les cliniques, et les hôpitaux.



Recruter des femmes en tant que policières et leur dispenser une formation spéciale pour qu'elles aident les femmes qui sont victimes d'abus.

Renseignez-vous sur les droits de votre pays qui protègent les femmes victimes d'abus et expliquez-les aux autres. Organisez des rencontres avec les femmes, y compris les femmes handicapées pour discuter de et protester contre la violence et l'abus contre les femmes. Si les femmes handicapées, les agents de santé, et les autres membres de la communauté parlent ouvertement de ces problèmes et travaillent pour mettre fin à la violence, les femmes seront à l'abri de la violence.



On devrait croire en une femme si elle dit qu'a été victime d'abus. Elle doit être soutenue qui qu'elle soit.

La violence n'est pas seulement un problème familial. Elle est un problème de santé social et communautaire.

